Chuẩn Bị

[05/09/2020 - 03:48 - thienannn]
Nó có một câu nói của Tây Phương rất là nổi tiếng mà tôi nhắc hoài nhưng mà có thể nhiều người quên. Đó là: "Cái vấn đề lớn nhất của chúng ta chính là mình không biết vấn đề của mình nằm ở đâu." Tôi cho rằng đó là một câu quan trọng. Và câu đó, nếu mà diễn dịch theo Phật Pháp thì câu đó rất là đắc dụng. Dầu cho một người xuất gia hay là một người cư sĩ, một người tu hành tà tà hay là một hành giả tinh tấn nghiêm mật thì cũng nên lấy câu đó làm phương châm sống, phương châm hành động. Đó là: "Vấn đề của chúng ta nằm ở chỗ là không biết vấn đề của mình nằm ở đâu." Chúng ta có rất nhiều cách nói về cuộc đời này: cách nói của một nhà khoa học, cách nói của một nhà đạo học, cách nói của Phật Giáo, cách nói của một linh mục Cơ Đốc. Trong bài giảng trưa nay, tôi muốn mượn một cách nói, một trong vô số cách nói của Phật Giáo để định nghĩa về cuộc sống: đó là một dòng chảy. Cách nói này không có gì mới mẻ. Tất cả người Phật Tử đều biết câu này. Tất cả chỉ là một dòng chảy. Dòng chảy đó được tiếp nối bởi nhiều điều kiện, tâm sinh lý, bởi những tương tác xã hội bên ngoài ta và những vấn đề bên trong ta. Trước hết, nói về dòng chảy sinh học, cái cơ thể của mình, một cách cụ thể nhất mà nói, thì hết tư thế sinh hoạt này nó tiếp nối cái tư thế sinh hoạt khác. Nằm hồi chán rồi ngồi, ngồi rồi đi, đi rồi đứng, đứng rồi nằm, nằm rồi ngồi. Đó là tư thế sinh hoạt. Rồi thì ăn uống, rồi thì tắm rửa vệ sinh.
[05/09/2020 - 04:55 - thienannn]
Đó là bên ngoài. Còn bên trong đó thì cơ thể nó từ tình trạng này chuyển sang tình trạng khác, cái tình trạng này nó tiếp nối cái tình trạng khác. Nó là một dòng chảy. Rồi về đời sống tâm lý, lúc thiện lúc ác, lúc tốt lúc xấu, lúc buồn lúc vui. Đó là một dòng chảy. Mà vì chúng ta không có Chánh Niệm, cho nên chúng ta không có cơ hội để quan sát cái bản chất của sự hiện hữu mà mình đang có mặt trong đó. Chính mình là nó, chính mình là dòng chảy đó. Và cái vấn đề mà tôi muốn nói đến trong bài giảng trưa nay, chỉ một chữ thôi, "preparation," "một sự chuẩn bị." Đời sống của chúng ta chỉ là một quá trình của chữ "chuẩn bị" thôi. Cái nội dung này tôi có nói đến trong bài giảng "_____" ở bên Đức, mà ở đây tôi nói nó nhẹ hơn, tôi không đá động vấn đề giáo lý nhức đầu. Đời sống chúng ta chỉ là sự chuẩn bị. Nó là một dòng chảy, và chính vì nó là một dòng chảy cho nên từng giây phút nó là những chuẩn bị. Chúng ta ăn cái gì, trưa nay chúng ta ăn cái gì, sáng nay chúng ta ăn điểm tâm món gì, và có điểm tâm hay không? Có điểm tâm hay không nó cũng là một thứ chuẩn bị. Nhớ nha. Cái này là chuyện rất quan trọng. Chúng ta nghe chữ "chuẩn bị" cứ tưởng là mình phải làm cái gì đó. Không. Hiểu như vậy nghèo lắm. Có làm cái gì đó, có ăn cái gì đó, nói chung là có làm một cái gì đó là một cách chuẩn bị. Mà buông xuôi, không làm gì cũng là một cách chuẩn bị. Hay ở Phật Pháp nó nằm ở chỗ đó. Nó sâu là nó sâu ở chỗ đó. Mình ăn ở gian ác, hại người hại mình. Đó là một kiểu chuẩn bị. Mình sống thiện sống lành, đó là một cách chuẩn bị. Cứ

ăn rồi cứ nằm đo giường (nằm đo giường có nghĩa là ăn rồi nằm lên võng đọc báo, ngậm cây tăm, rồi leo qua giường nằm một giấc, rồi cứ lết qua võng, võng xong rồi leo qua giường.) Cả ngày mình không làm cái gì hết, không làm gì giúp đời, cũng không làm gì hại người. Đó cũng là một cách chuẩn bị. Nhớ nha. Chuẩn bị cho cái gì? Về tâm lý, chúng ta chuẩn bị cho cái phiền não gọi là hôn thụy, lười biếng, tiêu cực, hướng hạ, thay vì hướng thượng. Còn về mặt sinh học, cái kiểu sống mà thiếu hoạt động, nó là một thứ chuẩn bị. Cách đây mấy năm, tôi có dịp thăm bệnh một người quen. Hai chân của người này teo tóp. Vì trước đó cũng biết rõ về nhau, cho nên khi tôi đến thăm, tôi có hỏi. Tôi nói rõ luôn đó là một vị Trưởng Lão. Tôi có hỏi, "Cái chân bị như thế nào mà đi không được?" Thì vị này trả lời là thật ra chân không bị gì hết. Tại vì cứ một phần cảm thấy mệt mỏi, một phần cũng lười, cứ nằm riết đến một ngày mỗi lần đi rất là khó khăn. Mà đến lúc tôi gặp vị này thì vị này không còn đi được nữa. Mà cơ sự, nguồn cơn nó đi ra từ một chuyện rất là đơn giản. Vị này không bị stroke, không bị bại liệt, không bị đứt gân máu, không bị gì hết. Chỉ vì vị này thích nằm. Thích trăn trở, thích lăn qua trở lại như vậy. Cái kiểu buông xuôi cũng là cái chuẩn bị nhe, đời sống của mình. Như vậy là mình có làm cái gì đó, thiện hay ác, nó cũng là sự chuẩn bị cho đời sau kiếp khác đã đành rồi, mà cái đời sống thiện ác của mình nó lại là cái sự chuẩn bị cho ngay cái đời này, thưa quý vị.
[05/09/2020 - 05:00 - thienannn]
Dù đó là những sinh hoạt rất bình thường như hồi nãy tôi nói: cái thích nằm thôi, thích nằm cũng là một thứ chuẩn bị. Thích chạy bộ, thích thể thao, thích vận động đó là một kiểu chuẩn bị. Ăn uống kiêng khem khắc khổ cũng là một cái chuẩn bị. Ăn uống dồi dào, phong phú, dư chất cũng là một kiểu chuẩn bị. Sống một đời sống đầy dẫy phiền não, nặng nề với những tham sân, thì đó cũng là một thứ chuẩn bị.
[05/09/2020 - 11:11 - hanthiphiyen2001]
(05/09/2020 - 8:09 - hanthiphiyen2001)
Tôi nói lại, sáng nay quý vị có ăn điểm tâm hay không, ăn cái gì, nhiều hay ít, ăn uống như thế nào. Có cái vụ như thế nào nữa nha, lúc bụng đói mình nên tránh ăn cái gì, có ăn điểm tâm hay không bởi vì tôi biết có nhiều người họ không có thói quen điểm tâm. Sáng dậy họ chỉ cầm ly cà phê là xong. Rồi có người, sáng họ phải có cái gì đó ăn cho đầy bụng để bù vào mấy tiếng đồng hồ trong đêm. Rồi cơm trưa cũng vậy, rồi những lần ăn vặt trong ngày cũng vậy, một ngày chúng ta nạp vào bao nhiêu thực phẩm, đó là một kiểu chuẩn bị cho cái sức khỏe ngày sau. Có điều là cái chuẩn bị đó tốt hay xấu thôi. Cái chuyện đó thì tự quý vị biết hoặc là đi hỏi bác sĩ, hỏi chuyên gia dinh dưỡng nha, ở đây tôi chỉ gợi ý vậy thôi. Đó là ăn. Nãy giờ tôi cứ nói vòng vòng, tôi lựa cái chuyện nào dễ hiểu nhất. Rồi về đời sống tâm lý của mình, trong một ngày mà quý vị nghĩ nhiều về cái gì nhất, cái người nào mà quý vị thường tiếp xúc nhất, trong đầu quý vị thường có đề tài nào nhiều nhất, quý vị nặng lòng với cái gì nhiều nhất thì đó chính là một kiểu chuẩn bị. Quý vị muốn có một cái cơ thể khỏe mạnh thì quý vị phải có kiểu ăn uống sinh hoạt như thế nào. Còn nếu quý vị không màng tới sức khỏe, tới tuổi thọ thì quý vị thoải mái tôi không có ý kiến. Về đời sống tinh thần cũng vậy, có rất nhiều người tự nhận mình là Phật tử nhưng mà kiểu sống của họ, cái kiểu mà tiếp cận Phật pháp của họ cứ làm cho tôi e ngại. E ngại là sao? Thí dụ đối với họ, cái chuyện nhận thức giáo lý không quan trọng, họ thích chọn một cái đường lối hành trì nào đó mà họ thấy thích. Ở đây tôi tuyệt đối không có bài xích, không có tuyên truyền một đường lối nào hết. Nhớ nha, không bài xích, cũng không tuyên truyền, tôi chỉ nói toàn là những gợi ý thôi. Tôi thấy họ là Phật tử, họ đi chùa, họ lạy Phật, họ cúng dường, họ cũng dễ thương, nhất là tăng ni, lịch sự lễ phép đối với mọi người nhưng có một điều, mỗi lần nhìn họ tôi e ngại là không biết cái kiểu mà họ tiếp cận Phật pháp như thế này, 5 năm nữa, 10 năm nữa họ có được cái thành tựu, sở chứng, sở đắc gì trong Phật pháp, hay là cứ tiện vô chùa cúng ba mớ, thắp ba cây hương rồi cứ quay trở về đời, ngày dài tháng rộng trong đầu chỉ có tứ sự thôi. Thì cái kiểu đó, 5 năm, 10 năm, 20 năm nữa thì so với người không biết Phật pháp thì họ chỉ nhỉnh hơn một chút xíu thôi. Cái mà tôi ngại đó là cái ngày mà họ bị suy kiệt, gầy yếu tận cùng, họ mời tăng ni tới tụng thì tụng cái gì, bởi vì họ có chuẩn bị quá tệ cho tương lai của mình. Chưa hết, còn nhiều chuyện nữa. Tại sao hôm nay tôi lại lựa chọn đề tài “chuẩn bị” là tại vì ngay lúc này tuy không có bay được nhưng tin tức về tiến độ xây dựng ở Kalama chúng tôi vẫn theo dõi

liên tục. Và lý tưởng, mục đích của công trình Kalama trong mấy ngày nay ám ảnh tôi cho nên tôi mới chọn đề tài này. Mấy hôm nay có mấy người, có mấy bà con ở bên Mỹ, Canada và Úc Châu, họ hỏi chúng tôi ngoài những khóa tu ngắn ngày thí dụ 2 tuần, 3 tuần thì Kalama có để cho hành giả ở đó dài hạn không. Chúng tôi nói đương nhiên và dĩ nhiên. Đương nhiên nhưng có cái dĩ nhiên nữa, đó là phải là hành giả, chớ ở đó không phải là cái chỗ dưỡng già, dưỡng bệnh, không phải là cái resort để mà quý vị relax thư giãn. Không phải. Mà đó là chỗ dành cho hành giả. Và đương nhiên là để về đó, chúng ta phải có những chuẩn bị, thí dụ chuyện nhà và chuyện của mình. Chuyện của mình là sao? Quý vị phải có sức khỏe. Ở đó tôi báo trước, y tế ở Miến Điện rất tệ. Tệ lắm! Cho nên mỗi lần đi như vậy tôi đề nghị bà con đi khám bệnh tổng quát trước để tránh trục trặc dọc đường, không nên. Đang giữa khóa tu hay đang trong thời gian tại đó, quý vị phải cần bác sĩ thì nó rất là không nên. Bản thân chúng tôi cũng vậy, mỗi lần về đó, mỗi chuyến đi như vậy chúng tôi phải đi bác sĩ trước. Mà trước đây chúng tôi về chỉ có 3 tuần, 1 tháng còn bây giờ thì khác. Vì chúng tôi về vài tháng thì bắt buộc chúng tôi phải chuẩn bị. Chuẩn bị cái gì? Đi bác sĩ, khám bệnh tổng quát, biết được đại khái về mình và nếu quả thật mình đang trong thời kì cần uống thuốc thì mình cũng cần chuẩn bị những điều cần thiết, ngoài thuốc cho chứng bệnh mãn tính của mình, mình cũng nên có một vài thứ thuốc gọi là phòng thân, cấp cứu để ngừa những bệnh bất trắc. Không có nhiều đâu quý vị, không có nhiều. Vài ba loại, cứ loại chừng vài ba hộp nhỏ nhỏ vậy đó. Tôi không lạc đề đâu, tôi đang nói về sự chuẩn bị đó. Tôi nhớ tôi từng nói câu này: cái tinh thần rốt ráo của Phật pháp đó chính là sự buông bỏ. Buông bỏ cái gì? Có 3 cái buông bỏ. Thứ nhất là bỏ cái ác về với cái thiện. Thứ hai là bỏ cái riêng về với cái chung. Bỏ cái riêng là sao? Bỏ cái riêng thứ nhất là bỏ cái riêng ở mình, có nghĩa là mình nghĩ về mình nhiều quá thì không tốt, cứ cắm đầu tu tập còn nghĩ về mình nhiều quá, tôi cứ thế này, tôi cứ thế kia. Cái riêng thứ hai là cái riêng về hướng tới đối tượng mình tôn thờ, khi cắm đầu theo đuổi một sư phụ, một truyền thống, một trường phái mà quên mất rằng Phật pháp luôn bao la, không có biên giới, không có bờ mé, không có giới thuyết. Theo Phật thôi. Chớ không có theo tổ sư, sư phụ, không có theo truyền thống, trường phái nào hết. Cái gì đúng kinh Phật thì thôi. Nha. Trường hợp đó là bỏ cái riêng đó. Cái riêng thứ ba là bỏ cái thấp về cái cao, bỏ cái cũ về với cái mới, có nghĩa là bỏ được chính mình ngày hôm qua. Nhớ như vậy. Bỏ được chính mình ngày hôm qua, đó gọi là cái bỏ thứ ba. Tại sao tôi nhắc tới câu này? Đó là vì tôi muốn nói rằng trong cái chuẩn bị mà tôi nói nãy giờ, nếu mà tự xét thấy mình không giỏi trong chuyện buông bỏ thì ngay bây giờ hãy lập tức, tức thì, tức khắc hạn chế những sự sở hữu những thứ khó bỏ. Nha. Ngay bây giờ phải hạn chế sử dụng những thứ khó bỏ. Chính là để thấy cái đó, thấy cái nhược của mình. Chính mình phải hạn chế sở hữu những thứ khó bỏ thì mai này khi cần thì bà con mới có thể phủi tay, duỗi áo mà đi một cách nhẹ nhàng. Thí dụ như bà con muốn có một tuổi già nhẹ nhàng, thanh thản thì bà con phải tính toán trước. Ngay bây giờ, mình sẽ làm sao, làm gì với con cháu. Chúng tôi rất là e ngại khi thấy một số Phật tử, không phải một số đâu, hơi đông, đến tuổi này mà còn lẩn quẩn với đám cháu nội, cháu ngoại. Tôi biết tôi nói cái này rất nhiều bà con bất bình. Bất bình là cháu nội tui tui lo mắc gì ông phải đem ra ông nói. Hễ nghĩ đến chuyện tu tập rốt ráo thì mình phải đem chuyện đó ra mình nói. Nha. Ở tuổi này mà cái lòng chưa dứt được những cái gánh nặng, tình cảm day dưa thì khó lắm. Tôi không nói quý vị bỏ mặc con cháu không lo, tôi không nói như vậy. Nhưng phải chuẩn bị là có một ngày tụi nó lớn lên, tụi nó bỏ mình tụi nó đi. Chuẩn bị có một ngày mình nằm yên một chỗ, mình không có lo, mình không có yêu thương tụi nó như là bây giờ. Chuẩn bị là có một ngày mình không còn cơ hội để ở gần tụi nó nữa. Chuẩn bị là có một ngày tụi nó trở mặt, tụi nó lạnh ngắt với mình, nó không thương mình nữa như là mình trông đợi. Nhớ nha. Cái đó là chuyện có thiệt. Chính cuộc đời đẩy nó đi hoặc là chính tâm tình nội tại của nó đẩy nó đi, hoặc chính hoàn cảnh của mình đẩy mình rời xa nó. Lúc đó mình chịu nổi hay không. Nhớ cái đó. Và cái cuối cùng mình phải có một lối đi cho thanh thản. Nếu quý vị không tin Phật thì thôi, quý vị không tin Phật thì cứ ra khỏi room không nhất thiết phải ngồi ở đây nghe chúng tôi lảm nhảm. Nếu có lòng tin Phật, có lòng bận tâm một chút cho ngày sau của mình, cho cái tuổi già của mình thì ngay bây giờ mình phải chuẩn bị trước cho một tuổi già thanh thản. Cái chuẩn bị này quan trọng lắm. Chuẩn bị đây từ cái ăn, từ cái sinh hoạt, từ những vấn đề tinh thần tâm linh ngay bây giờ. Chuẩn bị cái gì? Sức khỏe là đã đành. Chuẩn bị những thói quen sinh hoạt, đúng. Nhưng mà phải

chuẩn bị cho mình cái gì nữa? Chuẩn bị cho mình những giá trị tinh thần mà mai này ở tuổi già chúng ta không có cơ hội bồi đắp. Nhớ cái đó. Thí dụ như nói rằng tuổi già sẽ đi tu thiền. Tôi nói thiệt. Khi mình sống xa Phật pháp, tuổi càng lớn thì cái chất đời của mình nó càng lúc càng dày, càng nặng, cái vật chất của mình càng ngày càng mỏng đi. Tại vì mình nên nhớ, một cái lọ, một cái bình chỉ chứa được một thứ thôi, không thể nào chứa cái này rồi chứa thêm cái khác. Khó lắm. Một bàn tay chỉ cầm được một thứ chứ không thể cầm quá nhiều thứ, mà nếu muốn cầm quá nhiều thứ thì mỗi thứ chỉ cầm vừa đủ thôi. Chứ còn nếu muốn cầm món đồ nặng, lớn thì bắt buộc một bàn tay chỉ nắm được có một thứ thôi. Thì ngay bây giờ ngoài việc chuẩn bị sức khỏe, có lẽ nên chuẩn bị một chút về tài chánh, tu không cần tiêu xài nhiều nhưng mà mình có chút đỉnh để mình vững bụng, khi mình bước vào thiền viện mình tu, mình có chuyện gì ai giúp mình. Nói một câu đau lòng. Tình thân máu mủ, vợ chồng, con cái không hơn được tiền đâu quý vị. Tôi là người làm thơ, thỉnh thoảng thôi, càng không phải là thi sĩ, tuy nhiên trong đời sống tôi thực tế lắm. Còn nhiều người không có làm thơ nhưng cái đầu của họ là đầu thi sĩ đẳng cấp thế giới, họ sống nhẹ dạ lắm, toàn là thơ không à. Mọi sự đời của họ họ cứ giao cho người khác, họ ngồi họ dệt, họ thêu, họ dệt mộng, họ kỳ vọng vào tình cảm nam nữ, chồng vợ, họ kỳ vọng vào con cái, vào bạn bè, vào người thân, họ kỳ vọng vào quan hệ xã hội bla bla bla…Nhưng mà tôi nói thiệt con chim nó khác con người ở chỗ này: con chim khi nó đậu trên một cành cây, nó tin vào đôi cánh của nó cho nên cành nào nó cũng đậu được hết, không có sợ. Cành vững thì ok, cành yếu mục gãy thì nó vỗ cánh nó bay. Còn con người mình không có cánh cho nên khi con người đứng trên một cành cây thì mình dồn hết niềm tin mình vào cái cành cây dưới chân của mình. Quý vị có thấy khác không? Con người đứng trên cành cây thì giao phó niềm tin của mình cho cái cây mà mình đang đứng, còn con chim thì nó ở đâu nó cũng tin vào đôi cánh của nó hết. Thì tôi nghĩ rằng có lẽ trong đời sống, trong trường hợp này ta phải học theo con chim, mình không thể tin vào cái bên ngoài đó được. Không lẽ mình tin vào cái cành cây mình đang đứng, tin thì cứ tin đi nhưng cái quan trọng nhất vẫn là 80% dành cho khả năng, nội lực của mình. Quý vị nói với tôi có tiền giao hết cho con cháu, cho vợ, cho chồng, cho gia đình. Ok. Tình thân quý vị tốt, tuyệt vời, tôi không có ý kiến. Mà tôi nhắc chừng sức khỏe của mình mình không tin ai được hết và cái sự chuẩn bị tài chánh tối thiểu, căn bản cũng không tin ai được hết. Một là họ gian, họ gạt hết cũng có. Hai nữa là họ nhẹ dạ, đầu tư sai lầm, mất sạch cũng có. Rồi có trường hợp còn cay đắng nữa. Con gái mình, con trai mình nó tốt bằng trời nhưng mà xui một chỗ. Con gái là do mình đẻ ra nhưng mà còn thằng rể là người dưng, mình có chắc là thằng rể nó nghĩ tới mình không. Con trai là do mình sinh ra nhưng mình có chắc con dâu của mình nó thương mình hay không. Cho nên mình giao hết cho con, cho rể, cho dâu. Tôi biết bữa nay tôi nói cái này nó động chạm, nhưng mà nói pháp phải nói sạch sẽ. Theo trong kinh Phật thì chính mình làm chỗ tựa cho mình là chắc nhất, dù về tinh thần hay vật chất, đó là chuẩn bị. Quý vị có muốn tuổi già ok, quý vị muốn có những ngày tháng quạnh hiu ok. Tại sao là quạnh hiu ok? Là bởi vì có một ngày vợ mình đi trước, chồng mình đi trước, con của mình thì sao, mình dựa vào đâu để tin rằng nó ở với mình suốt đời. Đó là những tháng ngày quạnh hiu mà quạnh hiu có hai, đó là quạnh hiu ok và quạnh hiu không ok. Quạnh hiu ok có nghĩa là một mình thôi nhưng mà tự lo được, không có tự trách mình ngu, không có sống trong sự tiếc nuối, hờn dỗi, căm giận ai hết, mọi thứ mình đã sắp xếp hết. Cái đáng trách nhất là mình không tin mình, mình đem hết cái đó giao cho người khác. Giống như nãy tôi nói con chim, nó đậu lên cành cây nó tin đôi cánh của nó, còn con người đứng trên cành cây mình tin vào cành cây. Đó là cái sự thơ ngây rất là đáng tiếc và rất là đáng trách, thật là đáng tiếc và thiệt là đáng tức. Cho nên tôi nói đời sống là sự chuẩn bị. Muốn có một tuổi già ok, muốn có những ngày tháng tuổi già một mình mà ok, đó là nói theo đời. Còn nói theo đạo, muốn có một đời sống hành giả ok thì ngay bây giờ bà con làm ơn tự chuẩn bị những thứ cần thiết. Nãy giờ tôi nói vòng ngoài giờ tôi xiết vô vòng trong. Đức Phật dạy mình có 2 cách chuẩn bị: chuẩn bị cho cái tốt và chuẩn bị cho cái xấu. Hai câu nghĩa rộng lắm. Chuẩn bị cho cái tốt là sao? Mình muốn có một đời sống vật chất ok, mình muốn có một đời sống tinh thần ok thì ngay bây giờ mình phải nghĩ tới cái ngày mà mình gặp phải tình huống xấu nhất. Chuẩn bị cho cái tốt là sao? Tâm ok, thân ok. Càng sống nhiều với tâm lành thì trước mắt ta được an lạc. Tôi tin điều này tuyệt đối 100%, không, 200%. Qúy vị nói với tôi quý vị có nhan sắc, quý vị có sức khỏe, quý vị có uy tín, tiếng tăm, quyền

lực, chức vụ, quý vị có tiền bạc cho nên quý vị vui. Tôi nói thiệt nha. Tôi 50 tuổi rồi, trong tình trạng minh mẫn, tỉnh táo nhất, tôi xin xác định những thứ đó, nếu quý vị nói quý vị vui nhờ những thứ đó. Tôi nhắc lại nha. Tiền bạc, nhan sắc, sức khỏe, tiếng tăm, quyền lực, chức vụ, tôi chỉ tin những cái đó 20% thôi, là 1/5. 1/5 thôi quý vị. Nhưng quý vị nói cái này tôi tin 100% nè. Đó là lòng lành, lòng thiện tâm, nó làm quý vị an lạc 100%. Tôi tin cái này 200%. Tôi nói rất nhiều lần. Tôi giả định hai người bạn thân, một người sống tinh thần tuyệt vời, sống lành, sống thiện nhưng mà vật chất eo hẹp. Đối với người này tôi thương thì có thương, tôi xót thì có xót nhưng mà tôi không có lo lắng bởi vì người này có thể đi bán vé số, người này có thể chiên chả giò, người này đạp xe bánh mì vẫn sống được, mà nếu không có thì tôi cũng có thể giúp chút chút để cho người đó có cái vốn làm ăn, có cái gánh chè, có cái xe nước mía, thí dụ tôi đang giả định tôi là người đời đó nha. Nhưng mà nếu một người đó tài sản nứt đố đổ vách mà đời sống tâm linh tinh thần nghèo quá, cả đời chỉ biết le lưỡi đếm tiền. Tôi nói thiệt, tôi lo cho người đó lắm. Nếu người đó là người thân của tôi tôi lo lắm, rất là lo. Bởi vì khi tinh thần người đó có vấn đề thì nhà của họ dù có trải vàng, có trải hột xoàn, cười không nổi. Chúng ta có rất nhiều cơ hội để chúng ta đau khổ lắm. Mà nếu đời sống tinh thần quý vị ok thì sao. Chỗ này phải mượn của Tây Tây có câu hay lắm. Tôi khoái Tây có nhiều câu hay lắm. “Trong đời sống của mình chỉ có 10% là những việc xảy đến cho ta từ bên ngoài và 90% là có sẵn ở chúng ta trước những thứ đó”. Tôi biết tôi nói điều này rất là nhiều bà con trong room giãy nảy không chịu, nhưng mà đó là mặt sai quý vị nha. Tôi tuyệt đối tôi tin câu đó. Toàn bộ đời sống của mình chỉ có 10% là những thứ xảy đến với mình, mà 90% là cái reaction của quý vị, cái responsibility từ những thứ đó, cái phản ứng của mình, cái thái độ đối phó của mình. Tôi tin điều đó. Quý vị nói với tôi là quý vị bị nghèo, bị đói, bị chúng chửi, bị đánh, bị thị phi, chuyện gia đạo, chuyện làm ăn bla bla bla… Cái tôi muốn biết là phản ứng tâm lý quý vị ra sao cho nên tôi tuyệt đối tin câu đó. 10% là những gì từ bên ngoài xảy đến cho ta mà 90% nội dung của đời sống chính là phản ứng tâm lý của quý vị. Cho nên trong bài giảng trưa nay chỉ quẩn quanh trong cái chuyện chuẩn bị thôi. Tôi tìm đủ cách mượn lời Phật, mượn lời đời, mượn lời mấy ông Tây mấy bà Tàu. Tôi nhấn mạnh một điều: đời sống là một dòng chảy, là một cái chu trình, là một cái chuỗi dài của những tiếp nối, của những thừa tiếp. Và nói như vậy có nghĩa rằng là chúng ta phải cần đến những chuẩn bị, bởi vì cái sau nó thừa tiếp cái trước bằng một lực đẩy mà cái lực đẩy này nó có nhiều cái tên lắm. Tên chuyên môn của nhà Phật gọi là duyên, chư duyên, cát duyên, duyên do. Còn từ trong vật lý gọi là lực đẩy. Duyên hay là cái lực đẩy. Còn trong bài giảng trưa nay tôi gọi nó là sự chuẩn bị. Mình muốn có một chuỗi ngày tương lai nó ra sao thì ngay từ bây giờ ta phải có những chuẩn bị. Cũng Tây nói nữa. Tây họ nói rằng: nhiều người hiểu rằng tương lai là nó chưa đến, nhưng thực ra tương lai đã có mặt từ quá khứ. Nhiều người trong room mình nhảy lên nóc. Thôi coi họ ôm, họ mở từ điển ra, họ coi định nghĩa cho tương lai là gì, họ chịu không nổi. Nhưng tôi tuyệt đối đồng ý với tôi. Tương lai thực ra đã có mặt trong chuỗi ngày quá khứ. Quá khứ là hồi nào? Là cách đây 1 giờ trở về trước là quá khứ, 1 giờ đồng hồ trở về 2 tháng trước, 4 tháng trước, 5 tháng trước, 4 năm trước, 10 năm trước thì tôi gọi 1 giờ đồng hồ cách đây trở về trước nó là quá khứ. Thì tương lai là những gì sẽ xảy ra sau 1 giờ đồng hồ nữa trở về sau, gọi đó là tương lai. Thì cái sức khỏe của quý vị trong 5 năm nữa, 2 năm nữa tôi bảo đảm nó đã được quý vị chuẩn bị từ mấy năm nay rồi chứ không phải từ bây giờ đâu. Nha. Cái tình trạng sức khỏe của quý vị, cái hoàn cảnh sau này của quý vị tôi cho rằng một phần lớn nó đã được quý vị chuẩn bị từ mấy năm nay rồi. Mấy năm nay quý vị sống ra sao, quý vị có một cái sắp xếp, sắp xếp như thế nào về việc nhà, về tài chánh, về quan hệ xã hội bla bla bla… mấy năm nay. Mấy năm nay đã qua rồi thì tôi cho rằng mấy năm đó nó là chuẩn bị cho nhiều năm sau này. Cho nên tôi tuyệt đối đồng ý cái câu Tây nói: tương lai thật ra đã có mặt từ quá khứ. Thì đó là chuẩn bị chớ còn gì nữa. Cho nên toàn bộ Phật pháp chỉ là chuẩn bị thôi. Chúng ta có thể dựa vào một câu kinh nói rằng sống trong hiện tại, trong kinh đâu có kêu chuẩn bị đâu. Trong kinh nói sống trong hiện tại, đúng. Đối với người lăng xăng, lăng xăng thì Đức Phật nói sống trong hiện tại. Nhưng mà nếu chúng ta ngồi yên lại nghĩ, sống trong hiện tại có phải chuẩn bị cho tương lai hay không. Nghĩ kỹ lại có đúng không? Đúng. Ngài kêu sống cho hiện tại. Ngài nói đừng có nghĩ về quá khứ, đừng có nghĩ về tương lai, hãy sống cho hiện tại. Mà sống ở đây nghĩa là sống tốt, chớ không phải sống cho hiện tại là trác táng, bê tha, trụy lạc. Không phải. Mà sống cho hiện tại là

sống với chánh niệm, với trí tuệ, với từ tâm, với kham nhẫn. Nha. Sống tốt cho hiện tại nó chính là một chuẩn bị đẹp cho tương lai nhưng mà mình không cần nghĩ nhiều cho tương lai, mình cứ sống tốt cho hiện tại nó là một chuẩn bị cho tương lai. Nha. Một đứa học trò giỏi, nó không cần phải nghĩ nhiều về cái chuyện sau này khi nó tốt nghiệp, nó phải chọn sở làm nào, công ty nào, không cần phải tính trước khi nó có tiền, nó phải cất cái nhà kiểu gì. Không cần. Bây giờ nó cứ lo cắm đầu nó học cho giỏi đi, nói theo từ trong nước là cái gì cũng tốt hết. Mỹ thì có well, good, fine còn Việt Nam mình cái gì cũng tốt hết, lao động tốt, học tốt… bây giờ cứ việc lo học tốt nha. Một đứa bé, một học sinh, một sinh viên cứ lo học tốt, không có cần phải nghĩ nhiều về tương lai. Đó là một cách nói, nhưng mà trong cái ngoặt đơn sau đó mình phải hiểu ngầm là khi nó cắm đầu nó học ngay bây giờ cũng có nghĩa là nó đang chuẩn bị một tương lai. Còn nó ăn rồi không lo học, cứ nghĩ ba cái chuyện mai mốt nó mua nhà ở đâu, nó cất nhà kiểu gì, mấy tầng rồi sân thượng, rồi có hồ bơi, rồi có vườn treo thì cái chuyện đó tào lao. Thì tôi quay lại cái nội dung chốt lại bài giảng của trưa nay là cái gì. Là ngay từ bây giờ chúng ta đang chuẩn bị, chúng ta muốn về già có đời sống như thế nào, các vị muốn tiếp tục ở tại Việt Nam hay định cư nước ngoài, bắt buộc phải chuẩn bị. Ở Việt Nam, quý vị tiếp tục ở lại phố hay về vườn, về ngoại ô, nông thôn. Quý vị tiếp tục ở xứ nóng hay lên Đà Lạt, về Bà Nà hay Sa Pa, quý vị phải chuẩn bị ngay bây giờ. Chuẩn bị đây nghĩa là tiền bạc, sức khỏe, quan điểm sống, quan điểm nhận thức, quan điểm hành trì. Nhớ nha. Rồi nếu quý vị muốn sau này trở về Miến Điện, về Thái Lan, về một thiền viện nào đó cho những ngày tháng tu tập của mình thì quý vị cũng phải có những chuẩn bị. Cái đáng tiếc nhất là chỉ đặt chân lên đó, khi mà sắp tới ngày bay, thì lu bu lu bu bay không được, đó là cái đáng tiếc thứ nhất. Cái đáng tiếc thứ hai, máy bay cất cánh rồi thì mới phát hiện mình phải quay trở về gấp. Rồi cái thứ ba, khi đặt chân đến thiền viện rồi, thiền viện ở Băng Cốc, ở Kalama rồi thì lòng không yên, chân thì ở đó mà lòng ở chỗ khác thì trường hợp đó người ta gọi là "tại bất tại", có nghĩa là thân ở đây mà lòng ở chỗ khác. Nha. Mà mình phải là tự tại

mới đúng, có nghĩa là mình làm chủ được cuộc đời mình. Tôi nói rất nhiều lần về chuyện đó. Mình cứ nói là con tôi, vợ tôi, chồng tôi, nhà tôi, xe tôi bla bla bla… của tôi. Nhưng mà thật ra những thứ đó không phải của tôi mà là "tôi của mấy thứ đó". Là vì sao? Bởi vì như cái nhà của mình, mình bị gì cái nhà của mình không có buồn, mà cái nhà bị gì thì mình buồn. Chiếc xe cũng vậy cho nên cái chữ "của" ở đây phải xét lại. Cái này của mình, cái kia của mình nhưng mà thật ra mình của mấy cái đó. Mình có cái đồng hồ, chớ thật ra cái đồng hồ nó có mình. Tôi mong quý vị có một cái chuẩn bị tốt để mai này khi quý vị đặt chân về một cái thiền viện nào đó, Kalama chẳng hạn, về đó rồi tôi rất là muốn chúng ta có dịp thực hiện một khóa tu mà ta gọi là khóa tu "chẻ xương". Nhiều năm trước tôi đã nghĩ tới chuyện đó mà bây giờ tôi vẫn thích dùng. Chẻ xương có nghĩa là xương mà còn chẻ thì da thịt nào mà còn. Trong thời gian đó buông hết, không tính chuyện chưa tới mà tới thì phải tính. Và tôi nhắc lại người dạy quý vị không phải là tôi mà là những thiền sư Miến Điện, tôi chỉ có mặt bên cạnh như là quý vị thôi. Chẻ xương là sao? Là quên hết thân phận, quên hết mọi sở hữu, quên hết mọi phiền toái, mọi hệ lụy, bao nhiêu thứ bận tâm gửi hết bên ngoài cổng rào, tường rào của thiền viện. Không riêng Kalama, ở nơi khác cũng vậy. Thử sống buông bỏ trong vòng một tuần lễ , buông hết mọi thứ cứ nghĩ như mình chết rồi và đó là khóa tu chẻ xương. Xương mà chẻ thì còn gì thân thể nữa. Trong 1 tuần lễ như vậy, trong 10 ngày như vậy, trong 1 tháng như vậy, 3 tuần, 5 tuần như vậy nha. Mà muốn làm được 1 tuần lễ như vậy, 1 tháng như vậy, chúng ta phải có những chuẩn bị. Các vị còn nhớ bữa hôm đó tôi trích dẫn một đoạn chú giải của Abadan. Trong đó nói rằng, hành giả tứ niệm xứ mà tinh tấn miên mật thì có 5 con đường sau đây để chọn. Một là chứng Thánh ngay trong thuở bình sinh, ngay trong lúc mình còn trẻ, còn khỏe. Đó là trường hợp một. Trường hợp hai, hành giả tứ niệm xứ mà tinh tấn miên mật nếu lúc khỏe, lúc trẻ không chứng được gì thì lúc cận tử, cái lúc mà sắp xui tay, mình lại có một điều kiện tâm lý rất tốt. Nhớ nha. Cái lúc cận tử trừ ra hôn mê thì không nói. Nếu mà không hôn mê thì giây phút cận tử nó là một cái thời điểm rất tốt để chúng ta tu tập theo cái kiểu chẻ xương, buông hết chỉ để thấy rằng mọi thứ là khổ, mọi đam mê đều là đam mê trong khổ và chính niềm đam mê đó tạo ra cái khổ khác, muốn hết khổ thì không thích cái gì nữa, bởi vì cái gì thích cũng là khổ. Mấy cái này nghe rất là bình thường nhưng mà chỉ có người nào mà ở vào cái cửa tử, đứng ngay cái quỷ môn quan thì họ mới làm được

chuyện đó. Nha. Tôi nhớ có câu chuyện rất là tào lao mà tôi tâm đắc lắm. Cái thằng này nó đi học nghề ăn trộm với sư phụ, nghèo quá mà quanh năm không làm gì, cứ phây phây, thích lắm. Thì nó lân la hầu trà, hầu rượu để học nghề. Cuối cùng ổng thấy thằng này được, ổng nói thiệt "thầy không có gì hay hết á, chỉ có nghề ăn trộm thôi, con ơi nhớ lấy lời cha, một đêm ăn trộm bằng ba năm làm, thầy không có chữ nghĩa gì hết chỉ nhớ được có câu lục bát đó thôi rồi sống tới giờ, thì con muốn mà được như thầy, thì thầy bày con đi trộm thôi". Thì ổng dắt nó đi. Hai thầy trò mới leo qua nhà người ta. Xui sao! Mọi lần ổng đi một mình thì trơn tru trót lọt bữa nay có cái thằng này thì nó nhảy xuống sao mà nó gây tiếng động, chó sủa. Chủ nhà phát hiện, đốt đuốc, la làng, hô quát lên rồi cả làng rượt. Ông thầy ổng lẹ lắm, ổng gặp nước ổng xuống nước, gặp bụi là ổng vô bụi, ổng giấu mình, ẩn thân. Nghĩa là rượt ổng thì chỉ có mất giống. Mà thằng học trò nó mới học nghề nó làm sao. Nó kẹt quá thì nó thấy một bụi tre gai nó nhảy ót, nhảy tọt vô trong đó. Người ta thấy bụi tre gai dày quá thì người ta không nghĩ rằng có người trốn ở trỏng cho nên người ta hò hét, xách gậy, xách đuốc đuổi, đi ngang, la hoài, đi rượt, đi nhìn, đi soi rọi không thấy, chán rồi đi về. Thì ông thầy ổng thấy mọi người rút hết rồi thì ổng mới quay trở lại tìm học trò. Ổng đi trên con đường tối, ổng kêu " Tèo ơi Tèo, con ở đâu?". Thì ổng nghe tiếng trả lời rất là nhỏ "con nè thầy". Ổng hỏi "con ở đâu?" - "con ở trong bụi tre gai nè thầy". Ổng nói "ra đi về, về ngủ chớ, đêm nay xui, thôi đi về ngủ". Cái nó nói " thầy ơi con ở trong bụi tre gai làm sao con ra được thầy?". Ông thầy ổng nói "nãy tại sao con vô được?". Người học trò "nãy sợ quá, mà không có sợ gai, sợ bị bắt chớ không sợ gai mà sao bây giờ con ra không được". Ông thầy ổng nói câu này "nãy con vô đó bằng tình trạng tâm lý như thế nào thì bây giờ con phải dùng tình trạng tâm lý đó để mà con đi ra". Thằng học trò nó không hiểu "là sao thầy?". Ông thầy ổng nói "nãy con sợ quá con đi vô thì bây giờ con phải sợ quá để con đi ra". Thì thằng học trò càng không hiểu "hồi nãy thì sợ mà giờ hết sợ rồi sao con ra được?". Ông thầy nói "dễ ẹt à". Bắt đầu ông thầy ổng đứng la làng "mướn người ta ăn trộm ở đây nè". Thì khi mà ổng la như vậy thì thằng học trò, nó dùng đúng cái tâm trạng hồi nãy, cái hồi nãy nó sợ quá, nó nhảy một cái ót vô trỏng, thì bây giờ nó cũng dùng đúng tâm trạng đó, không biết bằng cách nào mà nó ra khỏi bụi tre như là phim vậy quý vị. Dĩ nhiên nó có bị trầy xước chút đỉnh nhưng mà ok lắm, rất là ok. Chứ mà nếu nó cứ lòn lách rồi nó gỡ, nó tránh từng cộng gai thì tới tết mà nó cũng chưa ra nữa. Nhưng mà ông thầy hiểu được cớ sự, ổng bày ra cái cách đó, bằng mọi giá nó ra khỏi bụi tre trong vòng nửa nốt nhạc. Ở đây cũng vậy. Chúng ta nhiều đời chúng ta đam mê, đam mê sanh tử, đam mê phiền não, đam mê tục sự bằng cả cái tính mạng của mình.
[05/09/2020 - 02:52 - hanthiphiyen2001]
Thì bây giờ muốn bỏ nó thì chúng ta phải tu tập giải thoát bằng chính cái tâm trạng của người đứng ở cửa tử, đứng ở ngay quỷ môn quan thì quý vị mới làm được.(42:06)
[18/10/2020 - 06:56 - elteetee]
41:23
Trong bộ binh pháp của Nhạc Phi, Hàn Tín và cả Tôn Tử trong hàng trăm giải pháp thì đều có một giải pháp quân sự giống nhau, đó là đập nồi, đục thuyền. Dĩ nhiên cũng có những phương pháp khác như là tiên hạ thủ vi cường, dĩ đào vi thượng v v, nhưng trong đó có một giải pháp quân sự đó là đập nồi, đục thuyền. Có nghĩa là trong một tình huống đặc biệt nào đó thì đoàn quân đó họ phải ở vào một hoàn cảnh không có đường rút thì họ mới chịu mở đường máu họ vọt, chứ còn một tí cơ hội thì họ còn tà tà còn xìu xìu ển ển. Giải pháp đập nồi, đục thuyền này bắt nguồn từ một trận đánh, một kinh nghiệm quân sự của Hàn Tín.
Có lần đó Hàn Tín bị Sở Vương Hạng Võ dí vào đường cùng, trước mặt là quân Sở và sau lưng là dòng sông lớn nước chảy xiết. Hàn Tín nói với lính "Chúng ta không còn rút kịp nữa, tất cả những cái nồi đem theo để nấu ăn đập hết. Nếu chúng ta thắng thì chúng ta sẽ lấy nồi niêu của đối phương mà dùng, nếu đánh thua chúng ta không còn cái mạng để chiều nay nấu cơm đâu". Ổng nói đám hậu cần gạo thóc, nồi niêu đập hết. Rồi ổng nói "Bây giờ anh em chỉ còn con đường sau lưng là dòng sông lớn xuống bè không có, rút không được. Anh em hãy làm sao lấy được đồ của kẻ thù để mà xài, mình mà thắng trận này thì mình xài của nó, còn thua thì mình không có mạng để chiều nay nấu cơm đâu!" Khi được nói như vậy thì đám lính họ hiểu là họ bị đập hết rồi, họ không còn có lựa chọn khác, bây giờ họ phải tìm cái sống trong cái chết. Đương nhiên đó là chuyện để tham khảo

thôi, chứ tôi không đề nghị qúi vị liều mạng như vậy. Nhưng qua câu chuyện mình rút ra được một bài học nhỏ. Đó là có những tình huống, có những công việc mà mình phải thực hiện nó bằng một tâm thái phải nói là rốt ráo, chứ xìu xìu là không được.

Nhiều kiếp chúng ta đã đem cái mạng của mình để mà giành giựt danh lợi, nhan sắc, quyền lực, tiếng tăm, bao nhiêu đam mê khoái lạc mình đã bỏ hết để mình tìm nó. Bây giờ muốn bỏ niềm đam mê đó phải dùng chính cái mạng cùi của mình thì mình mới dứt được. Cho nên mình đầu tư phiền não bằng toàn bộ con người của mình, nhưng tới hồi tu thì mình tu xìu xìu, tu chỉ với 1%-2% công sức giống như lấy móng tay mà đào núi thì làm sao được! Ngày xưa mình đã dựng cái tòa nhà bằng bao nhiêu thầy thợ, bao nhiêu công cụ. Hôm nay muốn phá nó mình phải xài chất nổ, xài xe chuyên phá bê tông, xe chuyên dụng, chứ còn tòa nhà đúc bê tông dầy nửa mét, nặng 5-7 ngàn tấn mà bây giờ muốn phá mình lấy cây búa đóng đinh mình ngồi gõ gõ thì biết kiếp nào xong. Qúi vị biết trong Phật học có một từ rất là hay, đó là chữ Saṅkhāra. Chữ này có rất nhiều nghĩa nhưng có một nghĩa là sự cấu tạo, sự xây dựng. Toàn bộ đời sống của chúng ta, toàn bộ dòng chảy luân hồi sinh tử của chúng ta nó là một tòa nhà mà được mình xây cất bằng bao nhiêu tâm huyết. Ngay đến Đức Phật trong lúc hành đạo Ngài cũng có nói câu đó:

Lang thang vạn kiếp luân hồi,
Tìm không gặp kẻ xây ngôi nhà này!
Ôi! Đời sống thật buồn thay!
Bèo mây bến cũ vẫn xoay lối về.
Hỡi này anh thợ nhà kia,
Rui mè, kèo cột gãy lìa nát tan.
Bao tham ái thảy tiêu tan,
Tâm ta thắng đạt, niết bàn thảnh thơi.

Ngài nói bao nhiêu kiếp rồi Ngài cứ cất, cất, cất cái nhà to đùng giữa cuộc đời đau khổ này mà không ngừng tay được. Hôm nay thì Ngài thấy cái nhà đó không cần thiết nữa, phá nát, Ngài biết rõ là bàn tay nào đã gầy dựng lên căn nhà đau khổ đó, đã xây lên cái khám đường, cái ngục thất, cái nhà giam, biết rõ nó. Hôm nay phá nát không có giữ lại ngôi nhà đó nữa. Chữ Saṅkhāra cũng đi ra từ đó. Và trong những biểu đồ vẽ về dòng chảy 12 Duyên khởi Duyên sinh thì ở cái mắc xích Vô minh người ta vẽ một người mù không thấy đường. Vô minh duyên Hành, Hành duyên Thức. Qua tới Hành người ta vẽ một người thợ gốm đang nhồi nắn mấy thứ lu, bình, chum, lọ. Hình ảnh đó đẹp lắm. Qúi vị không học giáo lý nên không có thấy đã, hình ảnh đó đẹp lắm. Đời sống nó là một sự cấu tạo, là building, là construction, là master key của mình. Mà tại sao lựa đồ gốm? Bởi vì khi mình nắn một cái lu gốm, chậu gốm thì mình phải đầu tư bao nhiêu tâm sức trong đó, nhưng cái chuyện nó thành rồi mà nó có trụ được bao lâu thì chỉ có trời biết thôi. Hình ảnh người thợ gốm hay lắm, đời sống chỉ là một sự cấu tạo và cái hình ảnh người thợ gốm, đôi bàn tay người thợ nói lên tinh thần cấu tạo, bản chất đời sống chỉ là sự cấu tạo. Và hình ảnh của gốm nói lên cái bản chất mong manh của đời sống. Mình bỏ công ra xoay cái bàn gốm, rồi vuốt, chỉnh sửa cho đã, tới hồi phơi khô rồi lại đem đi nung, bao nhiêu công phu, tới hồi đem ra thì nó tồn tại được bao lâu thì không đoán được. Cái hay của cái thí dụ là ở đó.

Tinh thần rốt ráo của bài giảng hôm nay là chính chúng ta trong từng phút đang chuẩn bị cho ngày mai, ngày mốt, tuần sau, tháng sau, năm sau, thập niên sau của mình. Nếu qúi vị đang ở tuổi trẻ thì chính qúi vị đang chuẩn bị cho tuổi trung niên đồng thời cũng đang chuẩn bị luôn cả tuổi già của mình. Tuổi già đó như thế nào? Ở thiền viện hay ở nhà? Ở nhà trong tình trạng nào?

Tôi nhớ có anh chàng đó làm biếng lắm, ba má thấy ảnh lười qúa lười mới nói “Mầy làm biếng kiểu này về già ba má chết hết cái tăm xỉa răng cũng không ai cho mày”. Ảnh nghe cái câu đó ảnh sợ nên ảnh đi lấy vợ, ráng làm ăn. Thời gian sau ảnh có cơ ngơi sự nghiệp ngon lành, sanh ra một bầy con, rồi con ảnh sanh ra một bầy cháu. Gia đình ảnh coi như là tam đại đồng đường, ở rần rần vậy. Một ngày kia ảnh 85 tuổi, mà tụi nhỏ mở karaoke, chơi game, nó khóc, giành ăn, giành đồ chơi, đánh lộn, coi như ba thế hệ ở chung một căn nhà lớn mà nó om sòm như vậy. Thì ổng ở trong kia ổng không yên, chực nhớ lại hồi trẻ ba má nói gì với ổng. Ổng mới kêu trời “Trời ơi, chỉ vì một cây tăm xỉa răng mà bây giờ mình khổ như thế này!”

Chuyện đó không phải là chuyện cười đâu qúi vị mà là chuyện buồn, chúng ta đang từng ngày chuẩn bị cho mình một tuổi trung niên, một tuổi già, một cái chết. Chúng ta muốn ở lại với con cháu hay chúng ta muốn đi tu, muốn ở thiền viện hay ở chùa, muốn cất am ở riêng một mình hay ở chung với người khác? Tất cả đều nằm trong sự chuẩn bị và cái này mới ghê, ngay đời này chúng ta đang từng bước chuẩn bị cho đời sau. Tôi nói cái này các vị không tin nhưng nó là sự thật, đúng là đời sống của qúi vị mỗi ngày nó là sự chuẩn bị cho bản thân mình, chuẩn bị cho ngày mai, ngày mốt, tuần sau, tháng tới. Nhưng các vị có ngờ rằng đời sống từng giây phút buồn vui thiện ác lại cũng là những chuẩn bị cho xã hội các vị có biết không? Các vị phải tin chuyện đó một cách tuyệt đối. Từng người trong xã hội, lấy mắt mà nhìn đúng là họ đi làm để có lương cho họ. Họ về họ cất cái nhà, rồi nuôi vợ, nuôi chồng, nuôi con, hay vun bồi cái nhà của họ. Nhưng chính tâm thức của mỗi cá nhân trong xã hội, chính cái nhận thức của mỗi cá nhân, cái kiểu sống của mỗi cá nhân, cái văn hóa, cái trình độ văn minh của mỗi cá nhân nó là một góc nhỏ để làm nên cái gọi là xã hội, các vị phải đồng ý cái đó. Cho nên đúng là từng phút chúng ta đang chuẩn bị cho mình, nhưng cũng từng phút chúng ta đang có những chuẩn bị cho xã hội, cho đất nước, cho những người chung quanh mình.

Ngày rời Việt Nam tôi 30 tuổi nên tôi biết xã hội ở đó, thời gian ở Thái không nhiều nhưng tôi cũng cứ cho là mình cũng biết một ít đời sống ở Thái, đời sống ở Miến, tôi có dịp và có thời gian dài sống ở Mỹ, tôi có thời gian dài sống ở Thụy Sĩ, tôi có thời gian dài sống ở Đức. Ở mỗi một quốc gia như vậy tôi thấy rõ ràng rằng từng người dân họ có những đóng góp và có những chuẩn bị khác nhau cho cả cái tốt lẫn cái xấu, ở cái xã hội mà họ đang góp mặt. Ở cái xã hội mà cứ sễn, sơ ý là mất đồ, cứ rảnh là xả rác, người đi bộ xả rác, người đi xe xả rác, ngay cả xe sang, xe hiệu cứ chạy trên đường là cứ thả chai, thả bao nylon, thả giấy ra ngoài đường tôi không nói ở đâu, tôi nói chung là bà con biết. Một cái xã hội mà sễn một tí là mất đồ, một cái xã hội cứ quỡn là xả rác, một cái xã hội quỡn là đánh lộn, một cái xã hội quỡn là gây gỗ. Trong khi chạy xe ở Mỹ đụng xe cái rầm, cả hai bước xuống lấy phone ra kêu và đứng yên chờ cảnh sát tới. Ở Mỹ cái chuyện đụng xe mà gây gỗ là rất hiếm vì có bảo hiểm lo hết, còn lỗi thuộc về ai thì cảnh sát và tòa xử. Mình cứ yên tâm, ai lỗi cảnh sát tới họ biết, rồi mức án phạt bao nhiêu tòa cho biết. Ở Việt Nam mình nghe nói tai nạn giao thông mà nghe nói tới tòa là lớn chuyện. Còn bên Mỹ chó mình cắn người ta cũng ta tòa nữa. Cứ có gì là cảnh sát chuyển ra tòa rồi luật sư nói chuyện với mình, còn bao nhiêu thiệt hại thì bảo hiểm lo cho mình. Vấn đề là mình có mua bảo hiểm hay không, bảo hiểm một chiều hay là hai chiều đó là lỗi của mình, mua loại bảo hiểm nào. Đa phần người bên Âu Mỹ họ đều có mua bảo hiểm hết, có chuyện gì đụng cái rầm, xuống xe, cái chuyện mà cười với nhau là chuyện bình thường, thậm chí là hỏi thăm ở đâu, rất vui vẻ không có gì hết, lâu lâu chỉ có một vài trường hợp đặc biệt thôi.

Thí dụ có lần đó trên xa lộ có xảy ra một vụ đụng xe do anh thanh niên tông vào xe cô gái trẻ đẹp, tông nhẹ quẹt vào xe cô gái và cắm vô lề không sao hết. Cả hai bước xuống khỏi xe đều vui vẻ, cô nói rất là may mắn tốc độ đó, tông từ góc đó mà hai người ok, may mắn.Và đây cũng là cái duyên không tông làm sao biết được anh, nói chuyện vui vẻ hỏi nhà cửa công việc làm, cổ mới rút trong xe cổ ra một chai rượu ngon, chiều qua tiệc với bạn bè còn lại nửa chai. Người đẹp mời ảnh thích lắm và vui vẻ nữa. Ở xứ Việt Nam làm gì có chuyện đụng xe mà còn nói chuyện vui vẻ như vậy. Cô rót cho anh một ly, cô một ly mời ảnh uống. Ảnh làm cái ực, cô rót ly nữa. Ảnh làm cái ực, ảnh mới ngạc nhiên tại sao mà cô không uống. Cô nói cô không uống bởi vì để một mình anh uống để cảnh sát tới dễ làm việc. Chuyện tào lao kể cho bà con đỡ buồn ngủ nhưng mà câu chuyện có ý muốn nói cho mình thấy rằng ở một bối cảnh xã hội như thế nào nó mới có chuyện mà người ta đụng xe mà vẫn còn vui vẻ với nhau. Còn phần cô này chơi đểu là chuyện không quan trọng, cái quan trọng là cái nền của câu chuyện. Còn mình là mình xuống xe túm tóc nhau gây trước rồi làm gì có chuyện dây dưa vui vẻ. Còn xã hội người ta, cái chuyện mà tôi gặp tai nạn trên đường rất nhiều ở Mỹ, ở Châu Âu thỉnh thoảng tôi gặp chuyện đó bình thường. Thậm chí có những lần chiếc xe mà tôi ngồi bị ... mà tôi không chết hôm nay tôi còn ngồi đây nè, mọi chuyện diễn ra rất là bình thường, bước xuống vui vẻ lịch sự không có gì hết.

Mà ở đâu nó ra cái xã hội đó? Nó khởi đi từ những chuẩn bị về văn hóa, về kinh tế, về xã hội, về chính trị. Tất cả những chuẩn bị đó trong hiến pháp, trong học đường, trong gia đình, có pháp luật,

có xã hội, có gia đình, có học đường, rồi sách báo hàng ngày, vô vàng những đóng góp đó cộng lại làm nên nền tảng xã hội. Trên nền tảng đó chúng ta mới bắt gặp được những thứ mà chúng ta khó lòng bắt gặp ở những xã hội chậm tiến. Ở những nước tiên tiến người ta yêu thiên nhiên lắm, thí dụ như Thụy Sĩ có một rừng cây kế bên khu dân cư, thì rừng cây đó đúng là rừng. Có nghĩa vào trong đó rừng hoang, rừng nguyên sinh như thế nào thì khu rừng sát nhà dân nó y chang như vậy. Họ yêu thiên nhiên lắm. Và bên Âu Mỹ có cái lạ là họ chỉ đốn cây khi không thể giữ, còn ở mấy xứ chậm tiến thì họ chỉ giữ khi không thể đốn. Nghe vậy mình đoán được cái môi trường thiên nhiên, sinh thái của hai bên khác nhau nhiều lắm.

Mà ở đâu nó ra cái đó? Là vì những thành tố, những cấu tố xã hội mà nó khởi đi từ mỗi cá nhân. Mà cá nhân đó ở đâu ra? Từ những đứa bé từ lớp mầm, lớp măng non. Từ thuở bé đã được học từ từ rồi lớn lên sách báo, học đường, xã hội, gia đình những thứ đó hun đúc nó mới làm nên cái diện mạo xã hội như vậy.

Cho nên nói gọn thì từng giây phút thiện ác buồn vui của mình ngay bây giờ, những phản ứng tâm lý của mình ngay từ bây giờ nó tạo ra cái hình hài, cái diện mạo, cái chất lượng, cái phẩm tính cho đời sống sau này của mình đã đành rồi, mà nó cũng góp phần đập đổ hay xây dựng cái xã hội mà mình đang sống trong ngày sau.

Chưa hết, theo trong kinh nói mỗi một vũ trụ gồm có một mặt trăng và một mặt trời. Cấu tạo nó như trái lựu vậy và có một ngàn vũ trụ như vậy là một tiểu thiên thế giới, nhiều tiểu thiên làm thành trung thiên, nhiều trung thiên làm thành đại thiên, 10 ngàn đại thiên làm thành cái địa bàn hoằng pháp của Đức Phật. Ai là người đã khu biệt, sắp xếp, bố trí trật tự hệ thống thế giới quan đó? Chính chúng ta, tôi và các bạn chớ không ai hết. Chính chúng ta có qúa nhiều điểm tương đồng, có cộng nghiệp sâu dầy với nhau thì chúng ta sẽ làm vợ, làm chồng, con cái, anh em, bà con. Cái cộng nghiệp và điểm tương đồng nó nhạt đi một chút, loãng đi một chút thì chúng ta sẽ là người cùng phường xã. Cứ nhạt và loãng thêm thì chúng ta xa nhau từ từ, cùng một tỉnh, một miền chung một đất nước, chung một khu vực, chung một châu lục, rồi chung một bán cầu, rồi cuối cùng là chung một hành tinh. Cứ như vậy cái điểm đồng và cộng nghiệp của mình, có điểm đồng và khuynh hướng tâm lý, về vốn liếng thiện ác, điểm tương đồng mà càng nhiều thì mình sẽ sống chung với nhau trong một gia đình, một huyện xã quận phường ấp khóm, một đất nước, một tỉnh, một miền, một khu vực, một châu lục, một bán cầu, một hành tinh. Cứ vậy mới dẫn tới chuyện một ngàn vũ trụ mới vô một tiểu thiên, nhiều ngàn tiểu thiên vô một trung thiên, nhiều ngàn trung thiên vô một đại thiên, 10 ngàn đại thiên như vậy là cái địa bàn hoằng pháp của một vị Phật Chánh đẳng giác.

Cái quần thể vũ trụ đó do chính chúng ta, những giây phút buồn vui thiện ác của chúng ta đã cùng nhau làm nên nó, chính mình chứ không ai hết. Bước ra đường thấy rác tùm lum, ở đâu nó ra ? Là có thằng Tèo, thằng Tý nào đó, xin lỗi thiếu giáo dục, thiếu nền tảng tâm thức, nền tảng văn hóa, nền tảng giáo dục, không được đào tạo, không được dạy dỗ cho nên nó coi chuyện xả rác không ra gì hết, nó nghĩ một tờ giấy không ra gì hết. Các vị tưởng tượng một ngày như vậy trên xa lộ có khoảng một ngàn người mà mỗi người đều cho rằng một tờ giấy, một cùi bắp không quan trọng. Cứ nhiều lần cái không quan trọng đó thì mỗi ngày có mấy ngàn cái cùi bắp, mấy ngàn cái chai nhựa, mấy ngàn cái bịch nylon mà được liệng trên đường thì còn gì là con đường nữa! Khi một xã hội có qúa nhiều người xả rác như vậy thì mình phải hiểu ngầm là ý thức vệ sinh của mỗi cá nhân thấp, đồng thời cái tổ chức vệ sinh, tổ chức y tế của đất nước đó cũng có vấn đề. Bởi vì nó đi theo hệ thống duyên khởi, cái này nó được tác động bởi cái kia. Khi mà giáo dục học đường, giáo dục xã hội, giáo dục gia đình có điểm tương đồng với nhau thì nó mới tạo ra đường xá, phố phường, xã hội, đất nước rác không. Là do từng đơn vị cá thể làm nên, nó cộng hưởng những đơn vị cá thể ấy làm cho xã hội rác không.

Chưa hết, rác bên ngoài cũng phản ánh rác trong tâm hồn. Anh ích kỷ qúa, anh biếng lười qúa, anh vô trách nhiệm qúa anh xả rác, thay vì anh chịu khó anh cầm kiếm chỗ để bỏ vào thùng rác, đằng này anh liệng đại cho rảnh tay. Do biếng lười, thiếu tự trọng, không màng người ta nghĩ gì về mình và vô trách nhiệm, không màng tới chuyện xã hội này, con đường này, khu phố này sẽ ra sao, thích thì quăng, tiện thì quăng, lười thì quăng. Những cái lút chút đó và nhiều cái lút chút đó, nhiều đơn vị cá thể ấy làm nên một xã hội dơ về hình thức mà bẩn về nội dung. Vì muốn dơ được hình thức thì

phải bẩn trong đầu trước, phải vô trách nhiệm, biếng lười bên trong trước mới dẫn tới đống rác ở bên ngoài. 1:04:40
[18/10/2020 - 07:31 - elteetee]
Đời sống là một dòng chảy và từng phút thiện ác buồn vui của chúng ta là những chẩn bị. Bây giờ tôi nói tới từng cảnh giới. Trong kinh nói con người phàm của mình không có thiên nhãn, không có thiên nhĩ, cho nên mình không biết cái gì nó đang xảy ra chung quanh mình. Kinh nói mỗi lần ở cõi người của mình có số người bố thí trì giới thiền định nhiều thì chư thiên họ vui lắm, hoan lạc âu ca vì họ biết rằng rồi đây dân số trên cõi trời sẽ tăng. Trên cõi trời là xứ sướng, xứ giàu, không có nạn nhân mãn, người đông đất chật, bởi vì chư thiên họ sắc tế cho nên cũng vùng đất đó bây giờ có thêm một tỷ người vô thì vùng đất đó cũng không vì vậy mà bị chật vì họ là khói sương mà. Cũng diện tích đó mà bây giờ thêm một tỷ người cũng không vì vậy mà chật, giảm đi một tỷ thì cũng không vì vậy mà rộng. Cho nên chư thiên thấy có nhiều người tu hành họ vui lắm, vì biết rằng thời gian ngắn sắp tới, trong vài phút nữa, vài giờ nữa thiên giới sẽ có thêm người. Khi nào họ thấy nhân gian ác ôn, dã man, thiếu đạo đức thì họ buồn lắm vì thế giới sa đọa sẽ đông và thế giới chư thiên sẽ không có thêm người.
Trong Tăng chi bộ kinh phần 1 chi, Đức Phật Ngài dạy rằng trong một đất nước cái chỗ đẹp ít hơn chỗ xấu, chỗ giàu ít hơn chỗ nghèo, người giàu ít hơn người nghèo, người đẹp ít hơn người xấu, người sướng ít hơn người khổ, đó là trong cõi nhân gian. Ngài nói chúng sanh trong các đọa xứ thì nhiều nhất là loài bàng sinh vì chúng gồm nhiều loại. Thú trên bờ, thú dưới nước, thú ăn chay, thú ăn mặn, thú lớn, thú bé, có thú nhìn thấy sờ chạm được, có những con không thể lấy mắt thường để nhìn được. Tiếp theo đó là địa ngục, ngạ quỷ. Nhân loại rất là ít so với các loài sa đọa. Và các cõi trên cao như các cõi chư thiên thì dân đông là vì họ sống lâu chứ số người sanh về trời nó ít. Rồi đến số người đắc phạm thiên càng ít dần. Thậm chí trong kinh nói cõi ngũ tịnh cư có lúc nó không có tồn tại trong bản đồ vũ trụ bởi Chư Phật không phải lúc nào cũng ra đời đều đều. Có lúc một thời gian rất là dài rất là lâu không có Phật ra đời, một A tăng kỳ bằng 10 lũy thừa 140 đại kiếp không có Phật ra đời. Mà mỗi một vị Phật ra đời như vậy thì 31 ngàn đại kiếp sau đó chắc chắn thế giới không có vắng bóng thánh nhân. Nhưng trong trường hợp qúa lâu mà không có Chư Phật ra đời thì những cõi tịnh cư dành riêng cho các vị A na hàm, các vị này chỉ có niết bàn đi mất chứ không có làm tăng dân số, bởi vì người mới đắc đạo không có. Vì những người đó phải có Chư Phật ra đời thì mới có họ. Khi thời gian qúa lâu không có Chư Phật ra đời làm cho dân số cõi tịnh cư giảm dần, khi không có người ở thì cõi này không tiếp tục tồn tại, trên cõi trời khi không có người thì không gian đó không tồn tại nữa, lâu đài biến mất, hoa viên biến mất.
Cõi người lại khác, ngôi nhà đã cất rồi, khu vườn đã có sẵn rồi, chủ nhà có lăn ra chết ba đời thì khu vườn vẫn còn đó, miếng đất vẫn còn đó. Trên cõi trời hiện tượng này rất hiếm, có trường hợp vị trời đó đã mất nhưng lâu đài vẫn còn là trường hợp rất hiếm. Một là người đó có lời nguyện họ sẽ quay trở lại đó họ xài. Thứ hai là người đó đủ phước để sau khi trải qua tuổi thọ của nhân gian, 100 tuổi nhân gian bằng 1 ngày 1 đêm ở cõi trời, nếu người đó phước họ còn thì họ sẽ quay trở lại để họ hưởng và trường hợp này rất hiếm. Đa phần 99,9% là khi vị trời khi họ mất thì tất cả những gì thuộc sở hữu của họ cũng tan theo khói.
Nếu các vị học A tỳ đàm thì mới thấy khiếp một chuyện, tất cả nhan sắc, vòng vàng, tiền bạc, châu báu, cổ vật mà mình thờ lạy một đời chỉ là sương khói, ngậm ngùi bẽ bàng và mỉa mai lắm. Nhiều lần tôi nói mình phải nhìn lại chữ Của. Mình nói cái nhà đó của ông A bà B nhưng chỉ cần họ bị heart attack, stroke, bị trụy tim hay đứt gân máu họ chết trong tích tắc, thì cái chữ Của không còn nghĩa lý gì hết. Còn cái này mới đau, không chết mà nằm thiêm thiếp, miệng méo, nước miếng chảy, mặt lờ đờ, nói không được. Lúc đó trên mặt giấy tờ, pháp luật, pháp lý thì đúng là cái nhà đó của mình, cái chữ Của lúc bấy giờ nó mỉa mai lắm vì mình không tự đi được, không tự ký tên được, không tự làm vệ sinh được, mình còn tệ hơn một đứa bé, ít ra nó còn kêu má ba rửa dùm con.
Trên cõi trời cũng vậy, trong kinh nói những người phước nhiều lâu đài của họ cao vời vợi nhưng một ngày họ thấy hào quang họ bị mờ, chư thiên không có mồ hôi nhưng lúc đó họ có cảm giác mồ hôi của họ đang đổ ra, cảm giác bị rít, bị ngứa, bị nực, rồi hào quang bị mờ, hoa trên người họ bị héo, họ cảm thấy họ không thoải mái thì lúc đó họ biết là họ gần chết rồi. Những người có tu yên

tâm là họ sẽ đi về chỗ lành, thậm chí họ có thể lựa chỗ để trở lại. Còn người không tu thì lúc đó họ kinh hoàng vì họ biết rằng bao nhiêu năm qua họ chỉ hưởng thụ và họ sợ lắm vì tới lúc cận tử rồi.
Thí dụ qúi vị đang khỏe, chỉ cần nghe đau lói lói là lạ. Đi bác sĩ coi kết quả xét nghiệm mà chỉ cần bác sĩ nhíu mày một chút, giọng chùng một chút, không nói mình bệnh gì mà họ chỉ nói giới thiệu mình qua ung bứu, hoặc là bác sĩ nói thấy có cái lạ lạ để coi lại, thì bao nhiêu mộng ước bình sinh tan tành hết. Đó là bác sĩ còn chưa có phán bệnh gì hết là qúi vị đã thấy nó kỳ rồi, nói chi là chư thiên khi mà họ thấy dấu hiệu họ sắp chết, kinh hoàng lắm. Ngay thuở bình sinh không có những chuẩn bị, cứ cắm đầu theo đuổi cái mình thích, cái mình đam mê, cái mình ghét, sống cho đã cái sự căm thù, cho đã nư, đã giận, không màng đến một ngày mà bác sĩ phán rồi hoặc đêm nằm nghe nó kỳ kỳ. Nói không phải tôi than, 10 ngày trở lại đây tôi chóng mặt rất là đặc biệt, lạ lắm. Hồi trước là mình ngồi xuống đứng lên chóng mặt mình nghĩ là thiếu máu, còn bây giờ ngước lên là chóng mặt, như hôm qua tôi suýt té, mà người ngon lành ăn uống bình thường mà lại bị như vậy! 50 nó phải kiếm chuyện với qúi vị, bây giờ bắt đầu nó đòi nợ, bao nhiêu nợ nần đó giờ mình bạc đãi nó, mình thờ ơ với nó là bây giờ nó bắt đầu nó tính sổ lại hết, nó là cơ thể mình đó.
Từng ngày trôi qua là chúng ta đang có những chuẩn bị về sinh học, về tâm lý cho mình trong 5-10 năm nữa, trong tuần tới, tháng sau. Nên nhớ, chính chúng ta là người đang từng phút xây dựng cái chỗ về của mình, chính chúng ta là người đang kiến tạo vũ trụ này bằng bàn tay tuy là bé nhỏ nhưng thật ra không có những cái bé nhỏ này thì làm gì mà có vũ trụ? Hạt cát nào cũng nói tôi bé nhỏ thì làm sao có sa mạc? Nhiều hạt cát nó mới hùn hạp với nhau làm nên cái sa mạc. Đức Đạt Lai Lạt Ma nói một câu rất hay "Đừng nghĩ mình bé mọn đến mức không tác động được thế giới. Nếu nghĩ như vậy thì hãy chịu khó ngủ với con muỗi trong mùng một đêm thì sẽ biết!" Nghĩa là nếu mình nghĩ là mình bé mọn không đóng góp được gì thì làm ơn đừng có làm phiền thế giới này, thì đó cũng là một sự đóng góp. Các vị phải xâm câu này lên người. Có một đóng góp cụ thể điển hình cho thế giới này thì qúa tuyệt không còn gì để nói. Còn nếu mình không đóng góp được thì không góp phần phá hoại cũng là đóng góp. Anh không làm gì để hại người, để phá hoại thì cũng là đóng góp. Chính những gì chúng ta làm đó là đóng góp hay phá hoại. Những cái đó ở đâu ra? Trong đầu đi ra.
Lão tử có nói "Đừng coi thường những suy nghĩ thoáng qua trong đầu. Những suy nghĩ đó được lập đi lập lại nhiều lần sẽ trở thành hành động, hành động nhiều lần nó sẽ trở thành thói quen, và thói quen chính là nhân cách, mà nhân cách chính là số phận, mà số phận chính là cuộc đời của chúng ta."
Tôi mệt lắm rồi, phải ngưng ở đây, đừng ham nghe nhiều.